

# Winterferienprogramm

22. Dezember 2023 bis 07. Jänner 2024

	Pernerstorfergasse 43 - UG	Fitness	Online
Fr., 22.12.23		08:00 bis 12:00 Karola	
Sa., 23.12.23	16:00 Weihnachtsmugy XL (75 Min.) Carmela	08:00 bis 12:00 Martin	08:00 Yoga Basic Martina
			09:00 Zumba Martina
			18:00 Zumba Soheil
So., 24.12.23	Feiertag geschlossen	Feiertag geschlossen	09:00 WeihnachtsgymMix (75 Min.) Petra
Mo., 25.12.23	Feiertag geschlossen	Feiertag geschlossen	17:00 Sesselgymnastik m. Pfiff Natascha
			18:00 Pilates Natascha
Di., 26.12.23	Feiertag geschlossen	Feiertag geschlossen	17:00 Wirbelsäulengymnastik Natascha
			18:00 Bauch-Bein-Po Natascha
Mi., 27.12.23	16:00 Wirbelsäulengymnastik Helga	08:00 bis 12:00 Octavio	08:00 Wirbelsäulengymnastik Martina
	17:00 Bauch-Bein-Po Helga	16:00 bis 20:00 Karola	
Do., 28.12.23	17:00 Zumba Soheil	08:00 bis 12:00 Karola	17:00 Pilates Natascha
	18:00 Body Toning XL (75 Min.) Carmela	16:00 bis 20:00 Angelika	18:00 Body Toning Natascha
Fr., 29.12.23		08:00 bis 12:00 Karola	
Sa., 30.12.23	16:00 Silvestermugy XL (75 Min.) Carmela	08:00 bis 12:00 Martin	08:00 Yoga Basic Martina
			09:00 Zumba Martina
			18:00 Zumba Soheil
So., 31.12.23		08:00 bis 12:00 Angelika	
Mo., 01.01.24	Feiertag geschlossen	Feiertag geschlossen	17:00 Sesselgymnastik m. Pfiff Natascha
			18:00 Pilates Natascha
Di., 02.01.24		08:00 bis 12:00 Octavio	17:00 Wirbelsäulengymnastik Natascha
		16:00 bis 20:00 Angelika	18:00 Bauch-Bein-Po Natascha
Mi., 03.01.24	16:00 Wirbelsäulengymnastik Helga	08:00 bis 12:00 Octavio	08:00 Wirbelsäulengymnastik Martina
	17:00 Bauch-Bein-Po Helga	16:00 bis 20:00 Karola	
Do., 04.01.24	17:00 Zumba Soheil	08:00 bis 12:00 Madeleine	
	18:00 Body Toning XL (75 Min.) Carmela	16:00 bis 20:00 Anna	
Fr., 05.01.24		08:00 bis 12:00 Karola	
Sa., 06.01.24	Volleyball Turnier	08:00 bis 12:00 Martin	08:00 Yoga Basic Martina
			09:00 Zumba Martina
			18:00 Zumba Soheil
So., 07.01.24	Volleyball Turnier	08:00 bis 12:00 Anna	09:00 Pilates Petra
			10:00 Bauch-Bein-Po Petra
			17:00 Wirbelsäulengymnastik Madeleine